GENTE in cucina

LASAGNE
Al ragù di funghi e zucca

GORGONZOLA
Gran delizia nei muffin salati

SGOMBRO
Da abbinare alle patate viola

CROSTATE
UNA BONTÀ RICOPERTA DI LAMPONI

Spinaci

CHE FORZA CON LA PASTA

GENTE in cucina

sommario

15

22

37

42

55

UN TRIONFO DI SAPORI

Dal gorgonzola che dà carattere a primi piatti e sformati alle lasagne più gustose. Poi tante idee per portare in tavola lo sgombro e gli spinaci. Gran finale con deliziose crostate.

GORGONZOLA

Il formaggio dal carattere deciso

Reginette ai cipollotti

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di reginette * 120 g di gorgonzola * 2 cipollotti sottili * 50 g di pinoli * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i cipollotti e affettateli, compresa la parte verde più tenera. Fateli appassire in una padella con una noce di burro e un filo d'olio, badando che non prendano colore. Intanto, lessate le reginette in acqua salata. Bagnate i cipollotti con un filo di acqua della pasta, salate leggermente e pepate. Tagliate a dadini il gorgonzola. Scolate le reginette al dente, trasferitele nel condimento, unite i pinoli, poco altro burro freddo e fate insaporire. Completate con i dadini di gorgonzola e servite subito.

Bavaresi con uvetta al Porto

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
350 g di gorgonzola * 250 g di formaggio fresco spalmabile * 150 ml di latte * 3 tuorli * 50 g di zucchero * 2 fogli di gelatina * ½ arancia * 300 ml di Porto * 40 g di uvetta * 50 g di burro

Ammorbidite la gelatina in acqua fredda. Frullate nel mixer lo zola, il formaggio fresco e 30 g di burro. Lavate l'arancia, ricavate 4 strisce di scorza, grattugiate il resto e mescolate la scorza grattugiata in una casseruola con i tuorli e lo zucchero. Stemperate con il latte, fate addensare a fuoco dolce e scioglietevi la gelatina strizzata. Fuori dal fuoco, incorporate la crema di formaggi. Dividete il composto in 6 stampini da budino, fate raffreddare e passate in frigo 6 ore. Mettete le strisce di scorza in un pentolino con l'uvetta e il Porto, portate a bollore, unite il burro rimasto e fate ridurre 10 minuti. Sformate le bavaresi e servitele insieme all'uvetta al Porto, con le scorzette d'arancia e, a piacere, dadini di zola e foglie di rucola.

GORGONZOLA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di riso Carnaroli * 60 g di gorgonzola * 60 g di robiola semi stagionata * 60 g di parmigiano reggiano grattugiato * 1 scalogno * 150 ml di vino bianco * 1 l di brodo di pollo * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 mazzetto di erba cipollina * Burro * Sale e pepe

Spellate lo scalogno, tritatelo e fatelo appassire in una casseruola con una noce di burro. Unite il riso, fate tostare, sfumate con il vino e lasciate evaporare. Portate a cottura il riso unendo il brodo caldo, poco per volta. A 5 minuti dal termine, unite il gorgonzola e la robiola a pezzetti e mescolate per scioglierli. Spegnete, unite poco altro burro, il parmigiano e rigirate per mantecare. Regolate se occorre di sale, pepate, completate con le erbe tritate e servite.

Risotto ai formaggi

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

Tartellette ai broccoli

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 150 g di gorgonzola * 250 g di broccoli a cimette * 1 uovo * Burro * Sale e pepe

Sciacquate le cimette di broccoli, lessatele 10 minuti in acqua salata, scolatele e frullatele nel mixer con metà del gorgonzola, fino a ottenere una crema liscia. Trasferitela in una ciotola, unite l'uovo, amalgamate, regolate se occorre di sale e pepate. Ricavate 4 dischi dalla brisée e rivestite 4 stampini da tartelletta imburrati, ripiegando i bordi della pasta verso l'interno per formare un cordoncino. Bucherellate il fondo, riempite i gusci con la crema di broccoli, livellate e infornate 20-25 minuti a 180°. Togliete dal forno e guarnite la superficie con il gorgonzola rimasto, a pezzetti. Rimettete in forno pochi istanti, per ammorbidire il formaggio. Sfornate, pepate e servite subito.

Muffin al peperone

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
150 g di gorgonzola * 1 peperone rosso * 180 g di farina * 3 uova * 100 ml di latte * 1 bustina di lievito in polvere * 1 cucchiaio di erbe aromatiche tritate (rosmarino, salvia, timo) * 60 ml di olio di semi di girasole * Sale e pepe

Lavate il peperone, mettetelo in una teglia e infornate 30 minuti a 200°, girandolo ogni tanto. Sfornate, coprite con alluminio e fate intiepidire. Spellatelo, pulitelo e tagliatelo a dadini. Sbattete le uova in una terrina. Unite a filo latte e olio, alternati alla farina setacciata con il lievito. Aggiungete le erbe, il gorgonzola a dadini e il peperone. Regolate di sale, pepate e dividete l'impasto in 6 stampini da muffin rivestiti di pirottini. Infornate 25-30 minuti a 180°. Servite i muffin tiepidi o freddi.

Gnocchetti alla cannella

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
80 g di gorgonzola * 200 g di farina, più quella per la lavorazione * 300 ml di latte * 100 ml di panna fresca * 1 ciuffo di prezzemolo * Cannella in polvere * Burro * Sale e pepe

Portate a bollore il latte in un pentolino. Abbassate al minimo e versate la farina a pioggia, mescolando con una frusta, per evitare che si formino grumi. Salate, pepate e fate addensare, sempre rigirando. Spegnete e fate raffreddare. Rotolate tra le mani piccole palline di composto per ricavare gli gnocchetti, allineandoli via via su un vassoio infarinato. In una padella, sciogliete il gorgonzola con la panna, poco burro, pepe, un pizzico di cannella e il prezzemolo tritato. Intanto, tuffate in acqua bollente salata gli gnocchetti. Man mano che salgono a galla raccoglieteli con una schiumarola, trasferiteli nella padella e fateli saltare per un paio di minuti. Servite gli gnocchetti spolverizzati a piacere con altra cannella.

GORGONZOLA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 pere * 100 g di gorgonzola * 4 fette di bacon * ½ limone * 2 cucchiai di miele * 50 ml di vino bianco * Burro

Lavate le pere, tagliatele a metà, eliminate i torsoli, scavate leggermente la polpa e spennellatela con il succo di limone, per non farla annerire. Tagliate il gorgonzola a pezzetti e divideteli nelle cavità ottenute. Ricomponete le pere, avvolgetele nelle fette di bacon e fissate con qualche stecchino.

Disponete le pere in una teglia, cospargetele con fiocchetti di burro, irrorate con il miele e versate nella teglia il vino. Infornate 20 minuti a 160°, girando ogni tanto le pere e irrorandole con il loro fondo di cottura. Sfornate e servite.

Pere al bacon

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

Uova in cocotte

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 uova * 250 g di gorgonzola * 4 fette di pancarrè * 8 cucchiai di panna fresca * 2 cucchiai di miele * 2 cucchiai di granella di mandorle * Burro * Sale e pepe

Imburrate 4 cocotte e inserite sul fondo le fette di pancarrè, rifilate a misura. Spezzettate il gorgonzola e distribuitelo nelle cocotte. Unite la panna e irrorate con il miele. Sgusciate un uovo in ogni cocotte, salate, pepate e cospargete con le mandorle. Disponete le cocotte in una teglia, versate sul fondo 2-3 dita di acqua calda, infornate a 180° e cuocete per circa 25 minuti a bagnomaria finché le uova sono rassodate. Sfornate e servite le cocotte ben calde.

Tagliatelle con rucola e noci

Preparazione
10 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di tagliatelle fresche * 100 g di gorgonzola * 150 ml di panna fresca * 1 manciata di rucola * 50 g di gherigli di noci * Burro * Sale e pepe

In una padella, fate fondere il gorgonzola a pezzetti con la panna. Nel frattempo, lessate le tagliatelle in acqua bollente salata. Unite alla crema di gorgonzola la rucola, lavata e spezzettata, e le noci.

Fate appassire qualche istante la rucola. Scolate le tagliatelle al dente e trasferitele nella padella con la salsa. Unite una noce di burro e lasciate insaporire mescolando. Pepate e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée rettangolare pronta * 400 g di polpa di coniglio disossata * 200 g di gorgonzola * 1 cipolla * 200 ml di panna fresca * 1 uovo * 2 cucchiai di capperi sotto sale * 1 cucchiaio di miele * 1 ciuffo di basilico * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sciacquate i capperi e metteteli a bagno in acqua tiepida, per dissalarli. Tagliate la polpa di coniglio a dadini, spellate e tritate la cipolla e fateli rosolare in una padella, con un filo d'olio e una noce di burro, dorando la carne in modo uniforme. Irrorate con il miele, salate e pepate. Sbattete leggermente in una terrina l'uovo con la panna. Unite i capperi scolati, il gorgonzola a dadini e il basilico spezzettato. Regolate se occorre di sale e pepate. Imburrate uno stampo rettangolare, foderatelo con la brisée e bucherellate il fondo. Distribuite la carne, versate la crema al gorgonzola e infornate circa 40 minuti a 180°. Sfornate e servite la torta ben calda.

Torta salata di coniglio

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
50 minuti

GORGONZOLA

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
500 g di gorgonzola * 300 g di ricotta * 2 pere * 80 g di uvetta * ½ bicchiere di Marsala * 2 cucchiai di miele * 1 ciuffo di timo * Burro * Sale e pepe

Tagliate a pezzetti i fichi e metteteli ammollo in una ciotola con il Marsala. Sbucciate le pere, tagliatele a fettine e fatele dorare in una padella con una noce di burro, il timo, sale e pepe. Unte il miele, mescolate, spegnete e fate intiepidire. Foderate di pellicola uno stampo da plum cake. Tagliate alcune fette di gorgonzola spesse 4-5 mm e rivestite il fondo dello stampo. Riducete il resto del gorgonzola a dadini e mescolateli in una ciotola con la ricotta e pepate. Versate nello stampo metà del composto, livellate e disponete metà delle pere. Coprite con metà del composto di formaggi rimasto, il resto delle pere e i fichi scolati. Terminate con il composto di ricotta e zola rimasto e livellate. Sciogliete in un pentolino una grossa noce di burro e versatelo tra gli interstizi della preparazione. Battete il fondo dello stampo sul piano di lavoro, per compattare gli ingredienti. Passate in frigo per circa 6 ore. Sformate, eliminate la pellicola e servite, a piacere con timo fresco.

Terrina fichi e pere

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Tronchetti di patate al forno

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 patate * 150 g di gorgonzola * 1 cipollotto sottile * Burro * Sale e Pepe

Lavate le patate, avvolgetele singolarmente in fogli di alluminio e infornatele per circa 45 minuti a 200°. Sfornatele, scartatele e tagliatele ognuna in 2-3 tronchetti, pareggiando le estremità in modo da poterle disporre in piedi in una teglia imburrata che le contenga a misura. Scavate leggermente i tronchetti e salateli. Pulite e affettate il cipollotto, compresa la parte verde tenera. Tagliate il gorgonzola a dadini e divideteli sulle patate con le rondelle di cipollotto (tranne qualcuna per guarnire). Rimettete in forno 5 minuti, finché il formaggio inizia a fondere. Sfornate, distribuite le rondelle di cipollotto tenute da parte, pepate e servite.

LASAGNE

Sfoglie farcite di invitanti sapori

Con bietole e mandorle

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche pronte * 1 mazzo di bietole * 1 spicchio d'aglio * 700 g di ricotta * 100 g di grana padano grattugiato * 100 g di mandorle a lamelle * Peperoncino in fiocchi * Pangrattato * Olio extravergine d'oliva * Sale

Lavate le bietole, lessatele in acqua salata, scolatele, strizzatele e tagliuzzatele. Insaporitele in una padella con un filo d'olio, una presa di peperoncino e l'aglio spellato. Tostate le mandorle in una padellina antiaderente. Lavorate la ricotta con un filo d'olio, 20 g di grana e un pizzico di peperoncino. Ungete d'olio una pirofila, stendete sul fondo un velo di ricotta e alternate le lasagne (se occorre, prima sbollentate), le bietole, il resto della ricotta e le mandorle. Proseguite fino a esaurire gli ingredienti terminando con ricotta, mandorle e il grana rimasto, mescolato a 1-2 cucchiai di pangrattato. Infornate 25 minuti a 180°.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
12 lasagne fresche pronte sottili * 8 fette di bacon * 2 porri * 500 ml di besciamella * 100 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i porri e affettateli compresa la parte verde più tenera. Fateli appassire in una padella con una noce di burro, un filo d'olio, sale e pepe. Fateli intiepidire e mescolateli con la besciamella. Stendete un velo di besciamella sul fondo di 4 pirofiline individuali imburrate.

Alternate nelle pirofile le lasagne (se occorre, prima sbollentate), la besciamella rimasta e il parmigiano. Terminate con un velo di besciamella, le fette di bacon e il resto del parmigiano. Infornate circa 25 minuti a 180°.

Ai porri e bacon

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
16 crespelle pronte * 500 g di funghi champignon * 300 g di caprino * 300 g di prosciutto cotto a dadini * 2 scalogni * 1 ciuffo di salvia * 75 g di farina * 200 ml di panna fresca * 750 ml di latte * 100 g di grana padano grattugiato * Noce moscata * 80 g di burro, più quello per funghi e pirofila * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Affettate i funghi. In una padella, fate rosolare il prosciutto e gli scalogni, spellati e tritati, con una noce di burro e la salvia tritata. Unite i funghi e cuocete 15 minuti, finché l'acqua è evaporata. Regolate di sale e pepate. Fondete il burro in una casseruola, versate la farina e cuocete un paio di minuti. Stemperate con il latte a filo, sempre mescolando, e fate addensare. Spegnete e unite il caprino, la panna e una grattugiata di noce moscata. Regolate di sale e pepate. Stendete un velo di salsa sul fondo di una pirofila imburrata e alternate le crespelle, la farcia di funghi e prosciutto, il resto della salsa e il grana. Terminate con salsa e grana. Infornate per circa 30 minuti a 180°.

Di crespelle ai funghi

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
1 ora

Con salsiccia e pelati

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche pronte * 300 g di salsiccia * 600 g di pomodori pelati * 1 spicchio d'aglio * 1 ciuffo di basilico * 100 g di farina * 1 l di latte * 50 g di parmigiano reggiano grattugiato * Noce moscata * 70 g di burro, più quello per la pirofila * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

In una casseruola, fate dorare la salsiccia, spellata e tagliata a rondelle, con l'aglio sbucciato e un filo d'olio. Unite i pelati spezzettati, qualche foglia di basilico e cuocete 30 minuti a fuoco dolce, con il coperchio. Al termine, eliminate l'aglio, unite basilico fresco, regolate di sale e pepate. Nel frattempo, fondete il burro in un'altra casseruola, versate la farina mescolando e cuocete un paio minuti. Stemperate con il latte a filo, sempre rigirando, e fate addensare la besciamella. Insaporite con sale, pepe e noce moscata. Stendete un velo di besciamella sul fondo di una pirofila imburrata, poi alternate le lasagne (se occorre, prima sbollentate), il sugo e il resto della besciamella, spolverizzata di parmigiano. Ripetete gli strati fino a esaurire gli ingredienti e terminando con sugo, besciamella e parmigiano. Pepate e infornate 25 minuti a 180°.

Al ragù, zucca e champignon

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
350 g di lasagne fresche pronte * 500 g di polpa di manzo macinata * 400 g di polpa di zucca * 400 g di funghi champignon * 1 carota * 1 gambo di sedano * 1 cipolla * 1 spicchio d'aglio * 750 m di besciamella * 600 g di passata di pomodoro * 100 ml di vino bianco * 120 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate e tritate carota, sedano e cipolla. Fateli appassire in una casseruola con un filo d'olio. Unite la carne e rosolate. Sfumate con il vino, versate la passata, salate, pepate e cuocete coperto 30 minuti. Intanto, pulite e affettate i funghi e tagliate a dadini la zucca. Dorate l'aglio spellato in un tegame con un filo d'olio. Unite la zucca, rosolate, aggiungete i funghi, sale, pepe e cuocete finché il liquido emesso è evaporato. Mescolate la besciamella con 2 cucchiai di parmigiano. Stendetene un velo sul fondo di una pirofila imburrata e fate un primo strato di lasagne (se occorre, prima sbollentate). Proseguite con ragù, besciamella e parte del parmigiano rimasto. Coprite con altre lasagne, zucca e funghi, besciamella e parmigiano, procedendo con gli strati fino a esaurire gli ingredienti. Terminate con ragù, besciamella e parmigiano e infornate 30 minuti a 200°.

Di pane carasau al pesto

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
300 g di pane carasau * 400 g di crescenza * 400 g di fagiolini * 4 patate * 1 spicchio d'aglio * 80 g di foglie di basilico * 80 g di pinoli * 100 g di grana padano grattugiato * 50 g di pecorino grattugiato * Pangrattato * Brodo vegetale * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i fagiolini e lessateli in acqua salata. Scolateli con un mestolo forato e, nella stessa acqua, lessate le patate, pelate e tagliate a pezzi. Intanto, tostate in una padella antiaderente 2/3 dei pinoli. Frullateli nel mixer con il basilico, l'aglio spellato e tritato, metà del grana, il pecorino e un bicchiere circa d'olio. Scolate le patate, schiacciatele e mescolatele con la crescenza e un filo d'olio. Regolate di sale e pepate. Scaldate in un tegame 2-3 dita di brodo e bagnatevi velocemente i fogli di pane carasau, uno per volta, trasferendoli in una pirofila imburrata alternati con il mix di patate e crescenza, i fagiolini e il pesto, spolverizzando di pangrattato, fino a esaurire gli ingredienti. Terminate con pesto, fagiolini, il resto del grana mescolato con poco pangrattato e i pinoli rimasti. Infornate 30 minuti a 190°.

LASAGNE

Con sugo di agnello

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche pronte * 300 g di polpa di agnello macinata * 400 g di polpa di zucca * 1 cipolla * 1 spicchio d'aglio * 400 g di polpa di pomodoro * 400 ml di yogurt * ½ cucchiaio di concentrato di pomodoro * Origano secco * 1 ciuffo di salvia * 1 uovo * 70 g di pecorino grattugiato * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Fate appassire la cipolla e l'aglio, spellati e tritati, in una casseruola con un filo d'olio. Unite la carne, rosolatela, salate e pepate. Aggiungete la polpa di zucca a dadini e fate insaporire. Unite la polpa di pomodoro, un bicchiere di acqua calda e scioglietevi il concentrato. Mescolate, unite origano e salvia e cuocete 20 minuti. In una ciotola, mescolate lo yogurt con l'uovo, il pecorino e una macinata di pepe. Ungete d'olio una pirofila, mettete sul fondo un velo di mix di yogurt e alternate le lasagne (se necessario, prima sbollentate) con il sugo di agnello e zucca e la salsa allo yogurt rimasta. Terminate con uno strato di sugo e salsa. Infornate circa 25 minuti a 200°.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne verdi fresche pronte * 300 g di polpa di manzo macinata * 1 carota * 1 gambo di sedano * 1 cipolla * 500 ml di passata di pomodoro * 100 g di parmigiano reggiano grattugiato * 70 g di farina * 1 l di latte * Noce moscata * 70 g di burro, più quello per la pirofila * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

In una casseruola fate rosolare la carne con un filo d'olio. Aggiungete carota, sedano e cipolla, mondati e tritati, e fate dorare. Unite la polpa di pomodoro, sale, pepe e cuocete circa un'ora coperto e a fuoco dolce, bagnando se occorre con poca acqua. In un'altra casseruola, fate fondere il burro, versate la farina e mescolate velocemente per un paio di minuti.

Stemperate con il latte a filo, senza smettere di mescolare, e lasciate addensare la besciamella. Conditela con sale, pepe e noce moscata. Stendetene un velo sul fondo di una pirofila e alternatevi le lasagne (se occorre, prima sbollentate), il ragù, la besciamella e il parmigiano. Terminate con ragù, besciamella, parmigiano e infornate 30 minuti a 180°.

Classiche alla bolognese

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
2 ore

Verdi con carne e ricotta

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g di lasagne verdi fresche pronte * 400 g di polpa di manzo macinata * 500 g di ricotta * 600 g di pomodori pelati * 1 cipolla * 1 mazzetto di basilico * 80 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

In una casseruola, dorate la cipolla, spellata e tritata, con un filo d'olio. Aggiungete la carne e rosolatela. Unite i pelati tagliuzzati, il basilico spezzettato, sale, pepe e cuocete 30 minuti coperto. Lavorate la ricotta con metà del parmigiano, pepe e un filo d'olio. Imburrate una pirofila, stendete sul fondo un velo di ricotta e alternate lasagne (se occorre, prima sbollentate), ragù e la ricotta rimasta. Terminate con ragù, ricotta e il parmigiano rimasto. Infornate 30 minuti a 180°. Guarnite con basilico fresco.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne verdi fresche pronte * 150 g di caprino * 150 g di taleggio * 40 g di grana padano grattugiato * 200 g di prosciutto cotto * 500 ml di besciamella * 1 mazzetto di timo * Burro

Dividete il prosciutto a pezzetti, il caprino a ciuffetti e il taleggio a dadini. Stendete un velo di besciamella sul fondo di una pirofila imburrata e alternate le lasagne (se occorre, prima sbollentate), la besciamella rimasta, il prosciutto, il taleggio, il caprino e alcune foglioline di timo. Proseguite gli strati fini a esaurire gli ingredienti, terminando con la besciamella, il grana, fiocchetti di burro e foglioline di timo. Infornate 30 minuti a 180°.

Ai formaggi e prosciutto

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

LASAGNE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche pronte * 1 kg di spinaci * 2 scalogni * 400 g di mais in scatola * 400 g di polpa di pomodoro * 500 ml di besciamella * 80 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Sale e pepe

Lessate gli spinaci in poca acqua bollente salata, scolateli, strizzateli bene e tagliuzzateli. In una padella fate appassire lo scalogno, spellato e tritato, con una noce di burro. Unite il mais, gli spinaci e lasciate insaporire 5 minuti. Regolate di sale e pepe. Trasferite spinaci e mais in una ciotola e mescolateli con 2/3 della besciamella. Imburrate una pirofila, coprite il fondo con un velo di verdure e alternate le lasagne (se occorre, prima sbollentate), il resto delle verdure, la polpa di pomodoro e il parmigiano. Proseguite fino a esaurire gli ingredienti terminando con pomodoro, la besciamella rimasta, parmigiano e fiocchetti di burro. Infornate per circa 25 minuti a 180°.

Con spinaci e mais

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

Al pomodoro e zucchine

Preparazione 25 minuti
Tempo di cottura 1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di lasagne fresche pronte * 400 g di polpa di manzo macinata * 2 zucchine * 1 cipolla * 600 g di polpa di pomodoro * 30 g di mandorle a lamelle * 400 g di besciamella * 100 g di gruyère grattugiato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

In una casseruola, fate appassire con un filo d'olio la cipolla, spellata e tritata. Unite la carne e rosolate. Versate il pomodoro, salate, pepate e proseguite la cottura per 30 minuti. Lavate le zucchine e scottatele pochi minuti in acqua bollente salata. Scolatele, fatele intiepidire e tagliatele a fette sottili per il lungo. Stendete un velo di besciamella sul fondo di una pirofila imburrata e alternate le lasagne (se occorre, prima sbollentate), la besciamella rimasta, il ragù, le zucchine e il gruyère. Proseguite con gli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con besciamella, gruyère, mandorle e fiocchetti di burro. Infornate per circa 25 minuti a 180°.

SGOMBRO
Tutta la bontà del pesce azzurro

Filetti alla senape

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 filetti di sgombro * 4 cucchiai di senape * 2 cucchiai di pangrattato * 1 mazzetto di timo * 100 ml di vino bianco * Burro * Sale e pepe

Private i filetti di eventuali lische, poi salate e pepate la polpa. Imburrate una pirofila, disponetevi i filetti con la pelle verso l'alto, spennellateli con la senape e pepateli. Irrorate con il vino, cospargete con fiocchetti di burro e foglioline di timo, poi spolverizzate con il pangrattato. Infornate i filetti per circa 15 minuti a 180°. Togliete dal forno, guarnite con rametti di timo fresco e servite.

Tajine ortaggi e ceci

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 sgombri puliti * 150 g di ceci lessati * 4 rape bianche * 2 finocchi * 4 carote * 1 cipolla * 1 spicchio d'aglio * 2 fondi di carciofo surgelati * 30 g di zenzero fresco * ½ cucchiaio di concentrato di pomodoro * 1 bustina di zafferano * Peperoncino in polvere * 1 ciuffo di coriandolo o prezzemolo * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Private gli sgombri delle teste e delle spine più evidenti, ma lasciando la lisca centrale, poi tagliateli a pezzi. Mondate e riducete a spicchi le rape e i finocchi. Raschiate e tagliate a filetti le carote. Sbucciate e affettate la cipolla. Pelate e grattugiate lo zenzero.

Spellate l'aglio, tritatelo e fatelo appassire in un tegame con la cipolla, lo zenzero e un filo d'olio. Unite le verdure preparate, i carciofi a spicchi e fate insaporire. Aggiungete peperoncino a piacere, versate un bicchiere d'acqua e scioglietevi e lo zafferano e il concentrato. Fate sobbollire 10 minuti. Unite i ceci e cuocete altri 5 minuti. Distribuite gli ortaggi in 4 piccole tajine o cocotte individuali, adagiatevi i trancetti di sgombro, salati e pepati, coriandolo o prezzemolo tritato e coprite. Infornate per circa 15 minuti a 170°. Guarnite con coriandolo o prezzemolo fresco.

SGOMBRO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
180 g di filetti di sgombro sott'olio * 150 g di broccoli a cimette * 3 uova * 150 g di farina * 300 ml latte * 100 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Sale e pepe

Lavate i broccoli, lessateli 5 minuti in acqua bollente salata e scolateli. Tamponate gli sgombri con carta da cucina e disponeteli sul fondo di una pirofila imburrata, insieme ai broccoli. In una terrina, sbattete le uova con il latte e il parmigiano. Sempre mescolando, unite poco a poco la farina setacciata. Salate, pepate e versate la pastella nello stampo. Cospargete con fiocchetti di burro e infornate il clafoutis per 25-30 minuti a 180°.

Clafoutis con broccoli

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

Cialde con avocado

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di filetti di sgombro sott'olio * 1 avocado * 5 pomodori secchi * 2 albumi * 70-80 g di farina * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 limone * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Pesate gli albumi: saranno circa 70-80 g. Fate fondere la stessa quantità di burro e lasciate intiepidire. In una terrina, mescolate con una frusta elettrica gli albumi con lo stesso peso di farina, il burro fuso e una presa di sale. Prelevate il composto a cucchiaiate e, su una placca rivestita di carta da forno bagnata e strizzata, formate tanti dischi sottili e distanziati, allargandoli con il dorso del cucchiaio. Infornate circa 10 minuti a 180°. Sfornate e, finché i dischi sono ancora caldi e morbidi, sistemateli a cavallo di un mattarello o di un bicchiere, per ottenere una forma a U. Lasciate raffreddare. Sgocciolate i filetti di sgombro e spezzettateli in una terrina. Tagliate a metà l'avocado, eliminate il nocciolo, ricavate la polpa e riducetela a dadini. Mettetela nella terrina e spruzzate con il succo del limone. Tagliate a pezzetti i pomodori secchi e aggiungeteli al resto degli ingredienti insieme al prezzemolo tritato. Condite con olio e pepe e farcite le cialde. Guarnite a piacere con prezzemolo fresco e servite.

Marinata di verdure

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di piccoli sgombri puliti * 2 carote * 2 zucchine * 4 scalogni * 1 limone * 200 ml di vino bianco * 2 foglie di alloro * 1 mazzetto di timo * Aceto bianco * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate e tagliate a filetti sottili le carote, le zucchine e gli scalogni. Metteteli in una casseruola con il vino, un filo d'olio, l'alloro, il timo, sale e pepe. Portate a bollore e cuocete 5 minuti a fuoco dolce. Intanto private gli sgombri delle teste e delle spine più evidenti, lasciando le lische centrali. Metteteli in una pirofila oliata, unite il limone lavato e tagliato a rondelle e coprite con la marinata di verdure. Infornate circa 15 minuti a 210°. Fate intiepidire, condite con un giro di aceto e distribuite la preparazione in vasetti a chiusura ermetica. Colmate con la marinata, chiudete i vasetti, fate raffreddare e passate in frigo 2-3 ore (si conservano una settimana).

Zuppetta con patate viola

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di filetti di sgombro * 500 g di patate viola * 500 g di funghi champignon * 1 porro * 2 cipollotti * 1 spicchio d'aglio * 1 bicchiere di vino bianco * 1 cucchiaino di curry * 1 limone * 1 ciuffo di prezzemolo * 2 cucchiai di farina * Burro * Sale e pepe

Private i filetti di sgombro di eventuali lische e tagliateli ognuno in 2-3 pezzi. Mondate e affettate a rondelle i cipollotti e il porro. Fateli appassire in una casseruola con una noce di burro e l'aglio, spellato e tritato. Spolverizzate con la farina e il curry, mescolate velocemente e fate tostare per un paio di minuti. Unite i funghi puliti e affettati, fate insaporire, sfumate con il vino, versate 500 ml d'acqua, salate, pepate e aggiungete le patate, pelate e tagliate a tocchi. Portate a bollore e cuocete a fuoco moderato per circa 20 minuti. Aggiungete i filetti di pesce, salati e pepati, e proseguite la cottura altri 10 minuti. Unite il succo del limone, il prezzemolo tritato e servite la zuppetta.

SGOMBRO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di filetti sgombro * 100 g di panna acida o yogurt * 1 cucchiaio di senape * ½ bicchiere di vino bianco * 2 cucchiai di capperi sott'aceto * 4 frutti del cappero sott'aceto * 1 ciuffo di prezzemolo * 2 cucchiai di semi misti (lino, girasole) * 700 ml di brodo di pesce o vegetale * Sale e pepe

Private i filetti di sgombro di eventuali lische. Lessateli 8-10 minuti a fuoco dolcissimo in una casseruola con il brodo e il vino. Spegnete e fateli raffreddare nel liquido di cottura. Scolateli, privateli della pelle e spezzettateli in una ciotola. Unite la panna acida (o lo yogurt), la senape, il prezzemolo e i capperi tritati. Regolate di sale e pepate. Mescolate e distribuite la rillette in una ciotola o in 4 ciotoline individuali. Cospargete con i semi di lino e girasole, guarnite con i frutti del cappero e servite.

Rillette ai semi

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
10 minuti

Scapece al limone

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
8 filetti di sgombro * 150 g di funghi misti * 2 carote * 1 cipolla * 1 porro * 2 spicchi d'aglio * 1 arancia * 1 limone * 3 chiodi di garofano * 1 mazzetto di timo * Farina * 120 ml di vino bianco * 120 ml di aceto bianco * Olio extravergine d'oliva *Sale e pepe

Mondate i funghi tagliando a pezzetti i più grandi. Raschiate le carote, pulite il porro, sbucciate la cipolla e affettateli. Lavate l'arancia e ricavate la scorza a strisce. Sciacquate e affettate il limone. Private i filetti di sgombro di eventuali lische, infarinateli e dorateli da entrambi i lati in una padella, con un dito di olio caldo. Scolateli su carta da cucina, salateli e pepateli. Pulite la padella, versate un filo di olio nuovo e fate saltare i funghi, le carote, la cipolla e il porro con gli spicchi d'aglio interi, il timo, l'alloro, i chiodi di garofano, le scorzette di arancia e le fette di limone. Versate il vino, l'aceto, 320 ml d'acqua e fate sobbollire 5 minuti. Immergete nel liquido i filetti di sgombro e cuocete per altri 2-3 minuti. Spegnete, fate raffreddare, trasferite in una pirofila, coprite e fate riposare in frigo un giorno prima di servire.

Tortilla con verdure

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
6 uova * 100 g di filetti di sgombro sott'olio * 80 g di tonno sott'olio * 1 melanzana lunga * ½ peperone rosso * ½ peperone giallo arrostito a striscioline * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Mondate i peperoni, conditeli in una teglia con olio e sale e arrostiteli 20 minuti a 210°, poi tagliateli a pezzi. Sciacquate la melanzana, affettatela a rondelle, friggetele in una padella con un filo d'olio e salatele. Sbattete le uova in una ciotola, unite sgombro e tonno sminuzzati, regolate di sale e pepate. Pulite la padella, scaldatevi un filo d'olio nuovo, versate il composto di uova, unite le verdure e portate su fuoco vivo. Mettete il coperchio e cuocete 10-15 minuti, finché le uova sono rassodate.

Pizzette al pomodoro fresco

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta per pizza pronta rettangolare * 8 filetti di sgombro * 3 pomodori * 1 rametto di rosmarino * 1 cucchiaino di semi di finocchio * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe.

Dividete la pasta in 4 rettangoli, disponeteli su una placca rivestita di carta da forno e bucherellateli. Private i filetti di sgombro di eventuali lische. Lavate e affettate i pomodori. Tritate gli aghi del rosmarino, pestate nel mortaio un cucchiaino di semi di finocchio e mescolateli in una ciotolina con 3-4 cucchiai d'olio, sale e pepe. Distribuite i pomodori sui rettangoli di pasta e spennellateli con parte dell'olio aromatico. Coprite con i filetti di sgombro, lasciando la pelle verso l'alto, e spennellate con l'olio rimasto. Infornate 20-25 minuti a 200°.

SPINACI

Semaforo verde alla fantasia

Vellutata con pesciolini

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta sfoglia pronta * 500 g di spinaci * 1 cipolla * 1 spicchio d'aglio * 100 ml di panna fresca * 1 mazzetto di erbe miste (timo, alloro, gambi prezzemolo) * 1 l di brodo di pollo * 1 cucchiaio di semi di finocchio * 1 tuorlo * 1 cucchiaio di farina * Noce moscata * Burro * Sale e pepe

Srotolate la sfoglia e, con uno stampino o un coltellino, ritagliate tanti pesciolini. Allineateli su una placca rivestita di carta da forno. Sbattete il tuorlo con un cucchiaio d'acqua, spennellate i pesciolini, cospargeteli di semi di finocchio e infornate 15-20 minuti a 220°. Fate raffreddare. Lavate gli spinaci. Spellate e tritate cipolla e aglio. Fateli dorare in un tegame con una noce burro, unite gli spinaci e fateli appassire rigirando. Spolverizzate la farina continuando a mescolare, stemperate con il brodo caldo, unite le erbe, portate a bollore e cuocete 15-20 minuti. Eliminate le erbe e frullate con un mixer a immersione. Riportate a bollore, versate la panna e tenete sul fuoco ancora 2-3 minuti. Regolate di sale e insaporite con pepe e noce moscata. Servite con i pesciolini di sfoglia.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta per pizza pronta rettangolare * 150 g di spinacini novelli * 150 g di pomodorini datterini * 100 g di mozzarella per pizza * 1 ciuffo di basilico * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Srotolate la pasta per pizza e distribuitevi la mozzarella tritata. Unite gli spinacini, lavati e asciugati bene, e i pomodorini, sciacquati e divisi a metà. Condite con sale, pepe e qualche foglia di basilico spezzettata. Arrotolate l'impasto dal lato lungo e tagliatelo a fette larghe circa 2 cm. Posizionate le girelle su una teglia rivestita di carta da forno e appiattitele delicatamente con le mani. Irrorate d'olio e infornate 20-25 minuti a 200° finché le girelle risultano dorate.

Girelle di pizza con datterini

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
25 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di pasta corta * 120 g di spinaci * 100 g di ricotta * 100 g di mozzarella * 1 spicchio d'aglio * 1 ciuffo di salvia * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate la mozzarella a dadini e fateli asciugare stesi su carta da cucina. Tritate 2-3 foglie di salvia e l'aglio spellato. Fateli rosolare in un tegame con una noce di burro e un filo d'olio. Unite gli spinaci, lavati e sminuzzati, mescolate e fateli appassire a fuoco dolce. Intanto, lessate la pasta in acqua bollente salata. In una terrina, lavorate la ricotta con sale, pepe, un filo d'olio e 1-2 cucchiai di acqua di cottura della pasta. Scolate la pasta al dente e ripassatela nella padella con gli spinaci. Trasferitela nella terrina con la ricotta, mescolate e unite la mozzarella. Versate la pasta in una pirofila imburrata, cospargete con qualche fiocchetto di burro e infornate per circa 15 minuti a 200°. Servite a piacere con salvia fresca.

Pasta al forno alla mozzarella

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

Dumpling con patate

Preparazione
45 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
280 g di farina, più quella per la lavorazione * 30 g di spinaci * 1 patata bollita * 250 g di ricotta * 60 g di parmigiano reggiano grattugiato * Noce moscata * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Frullate nel mixer gli spinaci lavati con 70 ml di acqua, per ottenere un composto liscio. Mescolate in una ciotola la farina con una presa di sale, formate la fontana e versate circa 60 ml di frullato (potete usare il resto per una salsa) e 60 ml di acqua calda, poco alla volta, rigirando con un cucchiaio finché l'impasto inizia a legarsi. Unite se occorre altra acqua calda lavorando con le mani per ottenere un impasto liscio. Formate una palla e fatela riposare 2 ore avvolta in pellicola unta d'olio. Lessate la patata sbucciata, schiacciatela e mescolatela con ricotta e parmigiano. Insaporite con pepe e noce moscata e regolate di sale. Riprendete l'impasto, staccatene un pezzetto, formate un filoncino spesso 2 dita, tagliatelo a fette spesse un cm e, con un piccolo mattarello, appiattitele sul piano unto d'olio per ottenere dischi di 8-10 cm di diametro. Farciteli man mano con il ripieno, inumidite i bordi, chiudete a mezzaluna e sigillate. Scaldate un filo d'olio in una larga padella antiaderente, disponete i dumpling in un solo strato (se occorre, cuoceteli in 2 riprese) e fateli rosolare 2-3 minuti. Versate un bicchiere d'acqua, mettete il coperchio e cuocete altri 6-7 minuti.

Piccoli flan ai gamberetti

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
250 g di gamberetti sgusciati * 200 g di spinaci * 4 uova * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 mazzetto di aneto * 1 mazzetto di erba cipollina * 1 cucchiaio di panna fresca * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Private i gamberetti del filo nero e sciacquateli. Lavate gli spinaci, tritateli grossolanamente e fateli saltare in una padella con un filo d'olio, sale e pepe. Aggiungete le erbe tritate e proseguite la cottura 2 minuti. Unite i gamberetti, mescolate un minuto e spegnete. Fate intiepidire.

In una ciotola, sbattete le uova con la panna, sale e pepe. Unite spinaci e gamberetti. Imburrate 4 pirofiline da forno e dividetevi la preparazione. Sistemate le pirofiline in una teglia, versate sul fondo 3-4 dita d'acqua e cuocete i flan a bagnomaria 30 minuti in forno a 150°.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
300 g di spinaci * 1 carota * 1 gambo di sedano * 1 cipolla * 6 ali di pollo * 3 uova * 6 cucchiai di pangrattato * 3 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato * 1 ciuffo di prezzemolo * 1 foglia di alloro * 3 chiodi di garofano * Farina * Sale e pepe

Mettete in una casseruola le ali di pollo con la carota raschiata, il sedano pulito, la cipolla sbucciata, l'alloro, il prezzemolo e i chiodi di garofano. Unite un litro d'acqua, portate a bollore e cuocete a fuoco dolce per circa un'ora. Spegnete, salate e filtrate. Nel frattempo, fate appassire gli spinaci in un dito di acqua salata, scolateli, strizzateli bene e tritateli. Sbattete le uova in una ciotola, unite metà del parmigiano, gli spinaci, circa un cucchiaio di farina setacciata e mescolate fino a ottenere un composto omogeneo. Regolate di sale e pepate. Riportate a leggero bollore il brodo. Passate il composto nell'apposito attrezzo (o allo schiacciapatate), posizionato sulla pentola del brodo, per formare lunghi vermicelli, da tagliare via via con la lama di un coltello, facendoli cadere nella casseruola. Cuoceteli finché salgono a galla e serviteli con il parmigiano rimasto.

Passatelli verdi in brodo

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
1 ora e 15 minuti

Filetti di pollo farciti

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
2 petti di pollo * 500 g di spinaci * 80 g di spinacini novelli * 100 g di mozzarella * 1 uovo * Pangrattato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Tagliate la mozzarella a dadini e fateli asciugare stesi su carta da cucina. Lavate gli spinaci, metteteli in un tegame con 2 dita di acqua salata, coprite e lasciateli appassire. Scolateli, strizzateli e fateli raffreddare. Private i petti di pollo di ossicini e cartilagini e tagliateli ognuno in 2 filetti. Con un coltello affilato, incidete ogni filetti da un lato lungo, a metà dello spessore, per ottenere una tasca. Sminuzzate gli spinaci cotti, mescolateli con la mozzarella, regolate di sale e pepate. Farcite le tasche e chiudetele ognuna con 1-2 stecchini. Sbattete l'uovo in una ciotola e allargate abbondante pangrattato in un piatto. Passate i filetti farciti nell'uovo sbattuto e nel pangrattato, premendo bene con le mani per far aderire il rivestimento. Dorate i filetti in una padella con una noce di burro e un generoso filo d'olio, da entrambe le parti, per circa 15 minuti. Scolateli su carta da cucina, salateli, pepateli e serviteli con gli spinacini, lavati e conditi con olio e sale.

Crostata al caprino

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 200 g di caprino semistagionato * 400 g di spinaci * 1 porro * Burro * Sale e pepe

Fate appassire gli spinaci in un tegame con poca acqua salata, scolateli, strizzateli e ripassateli in una padella con una noce di burro. Regolate di sale, pepate e tenete da parte.
Nella stessa padella, fate appassire i porri, mondati e affettati a rondelle, con poco altro burro, un filo d'acqua, sale e pepe finché le rondelle sono morbide e il fondo è asciutto.
Mescolate porri e spinaci. Rivestite con la pasta brisée uno stampo da crostata imburrato, bucherellate il fondo e distribuite il mix di spinaci e porri. Coprite con il caprino tagliato a rondelle e infornate la crostata circa 25 minuti a 180°.

Paglia e fieno con crema di pinoli

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
15 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
350 g di tagliolini paglia e fieno * 500 g di spinaci * 150 g di pinoli * 200 ml di panna fresca * 70 g di parmigiano reggiano grattugiato * 1 ciuffo di basilico * Noce moscata * Burro * Sale e pepe

Fate fondere 50 g di burro in un pentolino. Tostate i pinoli in una padella antiaderente. Frullatene 2/3 nel mixer con la panna, 50 g di parmigiano e il burro fuso. Regolate di sale, insaporite con pepe e noce moscata e versate la crema in una terrina. Lavate gli spinaci e fateli saltare in un tegame, con una noce di burro, per 5 minuti. Salate e pepate. Nel frattempo, portate a bollore abbondante acqua salata e lessatevi i tagliolini. Stemperate la crema di pinoli con 1-2 cucchiai di acqua di cottura della pasta. Scolate i tagliolini, trasferiteli nella terrina e mescolate. Serviteli con gli spinaci, il basilico tagliato a filetti, qualche ciuffo fresco, i pinoli rimasti e il resto del parmigiano a parte.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
150 g di salmone affumicato * 400 g di spinaci * 1 scalogno * 100 g di farina * 2 uova * 200 ml di latte * 200 ml di panna fresca * 200 g di provola * 200 g di besciamella * 40 g di grana padano grattugiato * 1 mazzetto di aneto * 1 mazzetto di erba cipollina * Burro * Sale e pepe

In una ciotola, sbattete 2 uova con una frusta a mano. Unite la farina setacciata e un pizzico di sale, diluite con il latte, aggiungete una grossa noce di burro fusa e amalgamate per ottenere una pastella liscia. Coprite e fate riposare 30 minuti in frigo. Cuocete la pastella un mestolino per volta in una padella antiaderente, dorando le crespelle un minuto per lato. Tenetele da parte, impilate in un piatto. Lavate gli spinaci e fateli appassire in un tegame con una noce di burro. Tagliate a pezzetti il salmone e la provola e uniteli agli spinaci tiepidi. Spellate e tritate lo scalogno e doratelo in una padellina con una noce di burro. In una terrina, mescolate le uova rimaste e la panna con l'aneto e l'erba cipollina tritati. Unite il mix di provola, salmone e spinaci, regolate di sale e pepate. Distribuite questo composto sulle crespelle, arrotolatele e allineatele in una pirofila imburrata. Coprite con la besciamella, il grana, fiocchetti di burro e infornate 10 minuti a 200°.

Crespelle al salmone

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

Spaghetti con pancetta

Preparazione
15 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
320 g di spaghetti * 300 g di spinaci * 250 g di pancetta a dadini * 1 scalogno * 1 spicchio d'aglio * 100 ml di panna fresca * 40 g di parmigiano reggiano grattugiato * Burro * Olio extravergine d'oliva * Sale e pepe

Sbucciate e tritate lo scalogno e l'aglio. Fateli dorare in una padella con un filo d'olio e una noce di burro. Lavate gli spinaci, asciugateli bene, tritateli e fateli saltare nel soffritto. Unite la panna e lasciate sobbollire 10 minuti a fuoco dolce. Intanto, rosolate la pancetta in un padellino antiaderente, finché diventa croccante.

Lessate gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella con gli spinaci. Unite la pancetta e fate insaporire qualche istante, mescolando. Pepate e servite con il parmigiano grattugiato decorando, a piacere, con foglie tenere di spinaci freschi.

Dadolata di tofu

Preparazione 15 minuti
Tempo di cottura 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
500 g di tofu * 500 g di spinaci * 1 cipollotto * 1 spicchio d'aglio * 3 cm di zenzero fresco * 2 cucchiai di salsa di soia * 1 cucchiaio di semi di sesamo tostati * Olio di semi di arachidi

Sbucciate e tritate l'aglio. Pelate e grattugiate lo zenzero. Lavate e spezzettate gli spinaci. Mondate e affettate il cipollotto, compresa la parte verde più tenera. Tamponate il tofu con carta da cucina e tagliatelo a dadi di circa 2 cm. Scaldate un filo d'olio in un wok o in una padella ampia, a fuoco vivo. Unite il tofu e rosolate 5 minuti, girando di tanto in tanto i dadi con una paletta. Bagnate con metà soia, rigirate e tenete da parte. Nello stesso tegame, versate un filo d'olio e dorate aglio e zenzero per un minuto. Aggiungete il cipollotto, gli spinaci e la salsa di soia rimasta. Fate saltare a fuoco vivo qualche istante, finché gli spinaci iniziano a intenerirsi. Riunite il tofu, continuate a mescolare qualche istante, spolverizzate con i semi di sesamo e servite, a piacere con riso lessato.

CROSTATE

Un goloso dessert per tutte le stagioni

Al caramello, noci e nocciole

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
200 g di farina * 130 g di burro, più quello per lo stampo * 270 g di zucchero * 150 ml di panna fresca * 1 cucchiai di miele * 1 cucchiaino di estratto di vaniglia * 170 g di frutta secca mista sgusciata (noci, nocciole, noci pecan) * 1 cucchiaino di estratto di vaniglia * Cannella in polvere * Noce moscata * Sale

Mescolate nell'impastatrice la farina con 2 cucchiai di zucchero, una presa di cannella, una grattugiata di noce moscata e un pizzico di sale. Unite 110 g di burro a dadini e lavorate fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungete la vaniglia, 3 cucchiai di acqua ghiacciata e lavorate ancora qualche istante per compattare l'impasto. Formate un panetto, avvolgetelo in pellicola e passate un'ora in frigo. Stendetelo in uno stampo imburrato, bucherellate il fondo, coprite con carta da forno e legumi secchi e cuocete 20 minuti a 180°. Nel frattempo, sciogliete lo zucchero rimasto in una casseruola con 60 ml d'acqua fino a ottenere un caramello ambrato. Fuori dal fuoco, unite con cautela la panna (fate attenzione agli schizzi), il miele, il burro rimasto a pezzetti, le noci e le nocciole spezzettate in modo grossolano. Versate il composto nel guscio di pasta, dopo aver eliminato legumi e carta, e rimettete 20 minuti in forno a 200°.

Con crema di limoni

Preparazione 25 minuti
Tempo di cottura 50 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 panetto di pasta frolla pronta * 2 limoni * 4 tuorli * 150 g di burro, più quello per lo stampo * 120 g di zucchero * Farina

Stendete la pasta frolla sul piano infarinato e rivestite uno stampo da crostata, imburrato e infarinato. Bucherellate il fondo, coprite con carta da forno e legumi secchi e mettete in forno a 170° per circa 35 minuti. Sfornate, sformate, eliminate legumi e carta e fate raffreddare. Lavate i limoni, ricavate la scorza di mezzo a filetti, poi grattugiate il resto delle scorze e spremete il succo. Versate succo e scorza grattugiata in una ciotola, ponetela su una casseruola con 3-4 dita di acqua calda e portate sul fuoco dolce. Unite i tuorli, lo zucchero, il burro a dadini e montate la crema con una frusta a mano, cucendola a bagnomaria finché si addensa e vela il dorso del cucchiaio. Trasferitela in una ciotola pulita, coprite con pellicola a contatto, fate raffreddare e trasferite in frigo 1-2 ore. Versate la crema sulla base di frolla e livellatela con il dorso di un cucchiaio. Cospargete con i filetti di scorza, guarnite a piacere e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 80 g di cioccolato fondente * 70 g di zucchero semolato * 1 cucchiaio di cacao amaro * 45 g di amido di mais * 500 ml di latte * 200 g di lamponi * Zucchero a velo * Farina * Burro

Imburrate e infarinate 4 stampini da crostatina, rivestiteli con la brisée, bucherellate il fondo e infornate 15 minuti a 180°. In una casseruola, setacciate il cacao con l'amido, unite lo zucchero semolato, stemperate con il latte tiepido e portate a bollore, mescolando continuamente, cuocendo finché la crema si addensa. Togliete dal fuoco e unite il cioccolato tritato, amalgamandolo bene finché è sciolto. Lavate e asciugate i lamponi. Distribuitene metà sul fondo delle tortine, versate la crema al cioccolato e completate con i lamponi rimasti. Cospargete di zucchero a velo e rimettete in forno 15-20 minuti. Sfornate, lasciate riposare 10 minuti, sformate le crostatine e fatele raffreddare del tutto prima di servirle.

Al cioccolato e lamponi

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

Di frutta secca con ganache

Preparazione
40 minuti
Tempo di cottura
1 ora

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 panetto di pasta frolla pronta * 4 fichi secchi * 50 g di uvetta * 50 g di mandorle spellate * 50 g di gherigli di noci * 150 g di cioccolato fondente * 200 g di cioccolato al latte * 80 g di cioccolato bianco * 250 g di zucchero * 350 ml di panna fresca * 2 cucchiai di burro, più quello per lo stampo * 2 bicchierini di brandy * Farina

Mettete ammollo nel brandy, diluito con acqua, i fichi a pezzetti e l'uvetta. Tritate grossolanamente mandorle e noci. Scolate fichi e uvetta e mescolateli con le mandorle, le noci e il cioccolato fondente a pezzetti. In una casseruola, fate sciogliere lo zucchero con 60 ml d'acqua fino a ottenere un caramello ambrato. Fuori dal fuoco unite con cautela 150 ml di panna (attenzione agli schizzi), il burro a pezzetti e il mix di frutta secca. Stendete la pasta frolla in uno stampo da crostata, imburrato e infarinato. Bucherellate il fondo, copritelo con carta da forno e legumi secchi e infornate circa 20 minuti a 180°. Eliminate legumi e carta, distribuite sulla frolla il ripieno e rimettete in forno altri 20 minuti. Sfornate e fate raffreddare.
In una casseruola, fate fondere il cioccolato al latte, spezzettato, con la panna rimasta. Lasciate intiepidire. Intanto, sciogliete a bagnomaria il cioccolato bianco e trasferitelo in una tasca da pasticciere con bocchetta sottile. Distribuite sulla crostata la ganache di cioccolato al latte e decorate con il cioccolato bianco. Fate rassodare perfettamente la ganache prima di servire la crostata.

Al mango e passion fruit

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 2 manghi * 2 frutti della passione * 100 g di burro * 70 g di zucchero * Cannella in polvere

Privati i manghi dei noccioli, pelateli e tagliateli a fettine. Foderate uno stampo da crostata con la brisée, lasciata sulla sua carta, ripiegando i bordi per formare un cordoncino. Bucherellate il fondo e distribuite metà del burro a fiocchetti, metà dello zucchero e un pizzico di cannella. Coprite con le fette di mango, cospargete il resto del burro a fiocchetti, lo zucchero rimasto, altra cannella e infornate circa 30 minuti a 180°. Sfornate e fate raffreddare. Ricavate la polpa dai frutti della passione, cospargetela sulla crostata e servite.

Con confettura e lamponi

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 panetto di pasta frolla pronta * 200 g di confettura di lamponi * 250 g di lamponi * Gelatina per torte pronta

Foderate uno stampo da crostata con la pasta, lasciandola sulla sua carta. Bucherellate il fondo, coprite con carta da forno e legumi secchi e cuocete per circa 20 minuti a 180°. Togliete carta e legumi e rimettete in forno per altri 10 minuti. Sfornate e fate raffreddare. Lavate e asciugate i lamponi. Spalmate sul fondo della crostata la confettura, distribuite i lamponi e completate con la gelatina.

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 3 uova * 2 albumi * 280 g di zucchero * 2 limoni * 150 g di burro, più quello per gli stampini * Farina

Imburrate e infarinate 4 stampini da crostatina, foderateli con la brisée, bucherellate il fondo, coprite con dischetti di carta da forno, legumi secchi e cuocete 10 minuti a 180°. Sfornate, eliminate carta e legumi e fate intiepidire. Intanto, lavate i limoni, grattugiate la scorza e spremete il succo. Mescolate in una terrina le uova intere con 150 g di zucchero, unite la scorza, il succo, il burro fuso e versate la crema sulle basi di brisée. Rimettete in forno per circa 20 minuti. Sfornate e fate raffreddare. In una casseruola, mescolate lo zucchero rimasto con 200 ml di acqua fino al bollore. In una ciotola, montate gli albumi versando a filo lo sciroppo caldo, lavorando fino a ottenere una meringa soda. Distribuitela sulle tortine e passatele per pochi minuti sotto il grill rovente, oppure dorate la meringa con un cannello a gas. Servite subito.

Al rabarbaro e more

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
40 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 500 g di rabarbaro * 200 g di more * 80 g di zucchero * Cannella in polvere * Zenzero in polvere * 50 g di farina di mandorle * 1 uovo * Semi di sesamo * Farina 00 * Burro

Mondate il rabarbaro e tagliatelo a dadini. Mescolateli in una ciotola con le more lavate, lo zucchero e un pizzico di cannella e zenzero. Lasciate riposare 15 minuti. Intanto, stendete la pasta sul piano infarinato a circa 2 mm di spessore. Foderatevi uno stampo, imburrato e cosparso di farina 00, rifilando l'eccesso. Bucherellate il fondo, spolverizzatelo con la farina di mandorle e distribuite il mix di frutta. Rimpastate i ritagli, stendeteli, ricavate tante strisce e incrociatele sul ripieno. Spennellate con l'uovo sbattuto, cospargete di semi di sesamo e infornate 40 minuti a 180°.

Di mandorle ai cachi

Preparazione
45 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
* 2 cachi mela * 160 g di farina 00, più quella per lo stampo * 230 g di farina di mandorle * 170 g di zucchero * 230 g di burro, più quello per lo stampo * 1 tuorlo * 1 uovo * 1 cucchiaino di estratto di mandorla * 1 cucchiaio di mandorle a lamelle * 4 noci pecan * 1 cucchiaio di scorzette di arancia candite * Sale

Impastate 150 g di farina di mandorle, 150 g di farina 00, 150 g di burro a dadini, 100 g di zucchero e un pizzico di sale per ottenere un composto sabbioso. Unite il tuorlo, compattate, avvolgete in pellicola e fate riposare 30 minuti in frigo. Foderate con la pasta uno stampo, imburrato e infarinato. Bucherellate il fondo, coprite con carta da forno, legumi secchi e cuocete 20 minuti 180°. Sfornate e levate legumi e carta. Lavorate il burro e lo zucchero rimasti, unite l'estratto, il resto della farina di mandorle, l'uovo, la farina rimasta e rigirate. Versate la crema nello stampo e rimettete in forno 25 minuti. Sfornate e fate raffreddare. Lavate i cachi, affettateli e distribuiteli sulla crema. Guarnite con le mandorle, le noci spezzettate e le scorzette candite.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
250 g di farina 1, più quella per lo stampo * 130 g di farina di nocciole * 120 g di zucchero di canna * 150 g di burro, più quello per lo stampo * 2 uova * 250 g di confettura di frutti rossi * 1 limone * Cannella in polvere * Noce moscata * 2 cucchiai di mandorle a lamelle * Zucchero a velo * Sale

Lavate il limone e grattugiate la scorza. Mescolatela nel mixer con le farine, lo zucchero di canna, una presa di cannella, una grattugiata di noce moscata e un pizzico di sale. Unite il burro a dadini, lavorate per ottenere un composto sabbioso. Incorporate le uova compattate. Formate un panetto, avvolgetelo in pellicola e fate riposare 30 minuti in frigo. Stendete l'impasto sul piano infarinato e rivestite uno stampo, imburrato e infarinato, rifilando l'eccesso. Bucherellate il fondo e versate la confettura. Rimpastate i ritagli, stendeteli, ricavate tante strisce e incrociatele sulla confettura. Infornate circa 45 minuti a 180°, unendo le lamelle di mandorle negli ultimi 10 minuti. Sfornate e fate raffreddare. Spolverizzate di zucchero a velo e servite.

Ai frutti rossi e spezie

Preparazione
30 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 rotolo di pasta sfoglia pronta * 2 mele * 200 g di caprino semistagionato * 100 g di pancetta a dadini * 3 uova * 150 ml di panna fresca * 100 ml di latte * 2 cucchiai di miele * 2 cucchiai di pinoli * 1 mazzetto di timo * Burro * Sale e pepe

Pelate la mela, tagliatela a metà, eliminate i torsoli e riducetele a fettine. Rosolatele in una padella con una noce di burro, sale e pepe. Unite un cucchiaio di miele, mescolate e spegnete. Rivestite uno stampo con la pasta sfoglia, lasciata sulla sua carta. Bucherellate il fondo, coprite con altra carta da forno, una manciata di legumi secchi e cuocete 10 minuti a 180°. Tagliate il caprino a rondelle. Sfornate la sfoglia, eliminate legumi e carta e distribuite sul fondo le mele, la pancetta e metà delle rondelle di formaggio. Irrorate con il miele rimasto. In una ciotola, sbattete le uova con la panna, il latte, sale e pepe. Versate il composto nello stampo, adagiatevi le rondelle di caprino rimaste, cospargete con le foglioline del timo e rimettete in forno 30 minuti. Servite la crostata, a piacere, calda o tiepida.

Salata con mele e caprino

Preparazione
25 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

Alle arance bionde

Preparazione
20 minuti
Tempo di cottura
45 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
1 rotolo di pasta brisée pronta * 2 arance bionde * 200 g di zucchero * 100 g di burro * 2 uova

Lavate le arance, grattugiate la scorza di una e spremetene il succo. Sbattete in una ciotola le uova con lo zucchero. Aggiungete a filo 50 g di burro fuso, scorza, succo e mescolate. Rivestite uno stampo da crostata con la brisée, lasciata sulla sua carta. Bucherellate il fondo e versate il composto di uova all'arancia. Tagliate l'arancia rimasta a rondelle sottilissime. Disponetele sulla crema e cospargete con il burro rimasto, a fiocchetti. Infornate circa 45 minuti a 180°.

Direttore responsabile
UMBERTO BRINDANI

UFFICIO CENTRALE
Luca Angelucci (caporedattore)
Danilo Ascani (caposervizio)
Alessandra Gavazzi (caposervizio)
Francesco Vicario (caposervizio)

REDAZIONE
Sabrina Bonalumi
(caposervizio - coordinatrice Spettacolo),
Maria Elena Barnabi (caposervizio),
Francesco Gironi (caposervizio),
Roberta Spadotto (caposervizio),
Sara Recordati, Patrizia Vassallo

UFFICIO GRAFICO
Marcella Mihalich (art director)
Silvia Bennati (caposervizio)
Federica Berto
Roberto Lorenzini (caposervizio)
Valentina Mariani
Realizzazione grafica:
Emmegi Group srl

RICERCA ICONOGRAFICA
Nicoletta Caffi (responsabile)
Lucia Ciammaichella
Dario Vazzoler

SEGRETERIA
Roberta Tutone
(responsabile back office editoriale)
Tiziana Maccarini
(back office editoriale)
Emanuela Raffa
(amministrazione e borderò)

HEARST MAGAZINES ITALIA SPA
DEBI CHIRICHELLA (Presidente),
GIACOMO MOLETTO
(Amministratore Delegato
e Direttore Generale),
Thomas Allen Ghareeb (Consigliere),
Marcello Sorrentino (Consigliere)

PUBLISHING
Massimo Russo
(Chief Content Officer),
Michela Alpi
(Strategy Consultant
Cinema & Entertainment Specialist),
Danilo Panella (Marketing Director)

HEARST MAGAZINES
INTERNATIONAL
Debi Chirichella
(President, Hearst Magazines),
Kim St. Clair Bodden
(SVP/Editorial & Brand Director),
Chloe O'Brien (Deputy Brands Director)

HEARST EUROPE
Simon Horne
(Interim Ceo Hearst Uk,
President Hearst Europe)
Julien Litzelmann
(Finance Director, Hearst Uk),
Giacomo Moletto
(Chief Operating Officer, Hearst Europe)
Surinder Simmons
(Chief People Officer, Hearst Europe)

GLOBAL HEARST SOLUTIONS
ROBERT SHOENMAKER
(Managing Director)

Alberto Vecchione
(Sales Director Hearst Solutions)
Simone Silvestri
(Sales Director Business Unit Fashion)
Daniel Davide
(Client Partnerships Sales Director)
Alessandro Caracciolo
(Head Of Digital Sales)
Alessandra Viganò
(Hearst Global Solutions Global Sales
Director - Foreign Clients)

Immagini © AGF Creative

GENTE IN CUCINA è una testata
Hearst Magazines Italia SpA

ALLEGATO REDAZIONALE A "GENTE" N. 47/2023
NON VENDIBILE SEPARATAMENTE

DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE
© 2012 Hearst Magazines Italia SpA - via Roberto Bracco, 6 - 20159 Milano

DISTRIBUZIONE: Distributore per l'Italia e per l'Estero Press-di Distribuzione Stampa e
Multimedia S.r.l. - 20054 Segrate (MI)

Stampa: Rotolito S.p.A. Via Sondrio 3, Seggiano di Pioltello, 20096 - Milano, Italia

DAI FORMA AL GUSTO

Taleggio D.O.P. nasce quadrato ma è pronto a diventare come ti piace! Segui la tua creatività e il tuo appetito: provalo cremoso, filante, croccante, o così com'è, in purezza.

Fondo Europeo Agricolo per lo Sviluppo Rurale: l'Europa investe nelle zone rurali
Attività promozionale cofinanziata con fondi comunitari dal PSR Lombardia 2014-2020

VIENI A SCOPRIRLO